



栄養課だより

令和5年

12月号



年末年始は **楽しく** **おいしく** **健康に**!

今年も残りわずかとなりました。皆様にとって、どのような1年でしたか?

ひばり苑では、ご入所の皆様に年末年始をお元気にお過ごしいただくだけでなく、歳時の気分をしっかりと感じていただけるような特別献立を予定しています。

何かとあわただしい日が続きますが、御家族皆様も体調を整えられて、お健やかに新年をお迎えください。

お鍋レクを行いました

お鍋が恋しい季節到来!
毎年、人気のレクリエーションです。

手袋をはめて、いざ!



煮えたかな・・・?



雑炊が出来上がるのを待つ間、理学療法士主導で
しっかりと口腔体操も・・・(*^^*)

「おいしいわ〜」



アツアツの雑炊「ふ〜ふ〜」



高槻市農林業祭でいただいた野菜を、みなさんに食べていただきました

11月13日史跡嶋上郡衙跡で行われた第49回高槻市農林業祭でいただいた野菜を、ひばり苑の食事で提供させていただきました。

【いただいた野菜】

- ・さつまいも
- ・大根
- ・ほうれん草
- ・なす
- ・きゅうり
- ・ピーマン
- ・玉ねぎ
- ・ブロッコリー

